

神的孩子

神的孩子，不要沮丧，
举目向上望。

神在天上，不分昼夜，
时时看顾你。

虽遇艰难，虽有愁苦，
仍在祂手里，
祂必叫万事互相效力，
使你福杯满溢。

不要看环境，
不看自己，
凡专心倚靠祂的
必重新得力。

每个祷告神都垂听，
千万别放弃。
永远不要忘记
你要忠心走到底。

奉献歌

你若愿意就献上你的
一块给主，十块给主，
更多给主。

你若愿意就献上你的所有
给主，就必蒙神所悦纳。

你若愿意就献上你的
赞美给主，歌唱给主，
跳舞给主。

你若愿意就献上你的恩赐
给主，就必蒙神所悦纳。

你若愿意就献上你的
全心爱主，全意爱主，
全力爱主。

你若愿意就献上你的全人
爱主，就必蒙神所悦纳。

主祷文

我们在天上的父，
愿人都尊你的名为圣，
愿你的国降临，
愿你的旨意行在地上，
如同行在天上，

我们日用的饮食，
今日赐给我们；
免我们的债，
如同我们免了人的债。

不叫我们遇见试探，
救我们脱离凶恶。
因为国度，权柄，荣耀，
全是你的，直到永远！
阿们！

第5辑第5讲： 合神心意的生活（上） 沮丧与盼望

金句

凡仰望耶和华的人，
你们都要壮胆，
坚固你们的心！

（诗篇31篇24节）



沮丧的定义

沮丧是失去盼望，
并且想放弃。







盼望的定义

盼望是相信
你等待的事情
会发生。

发生!

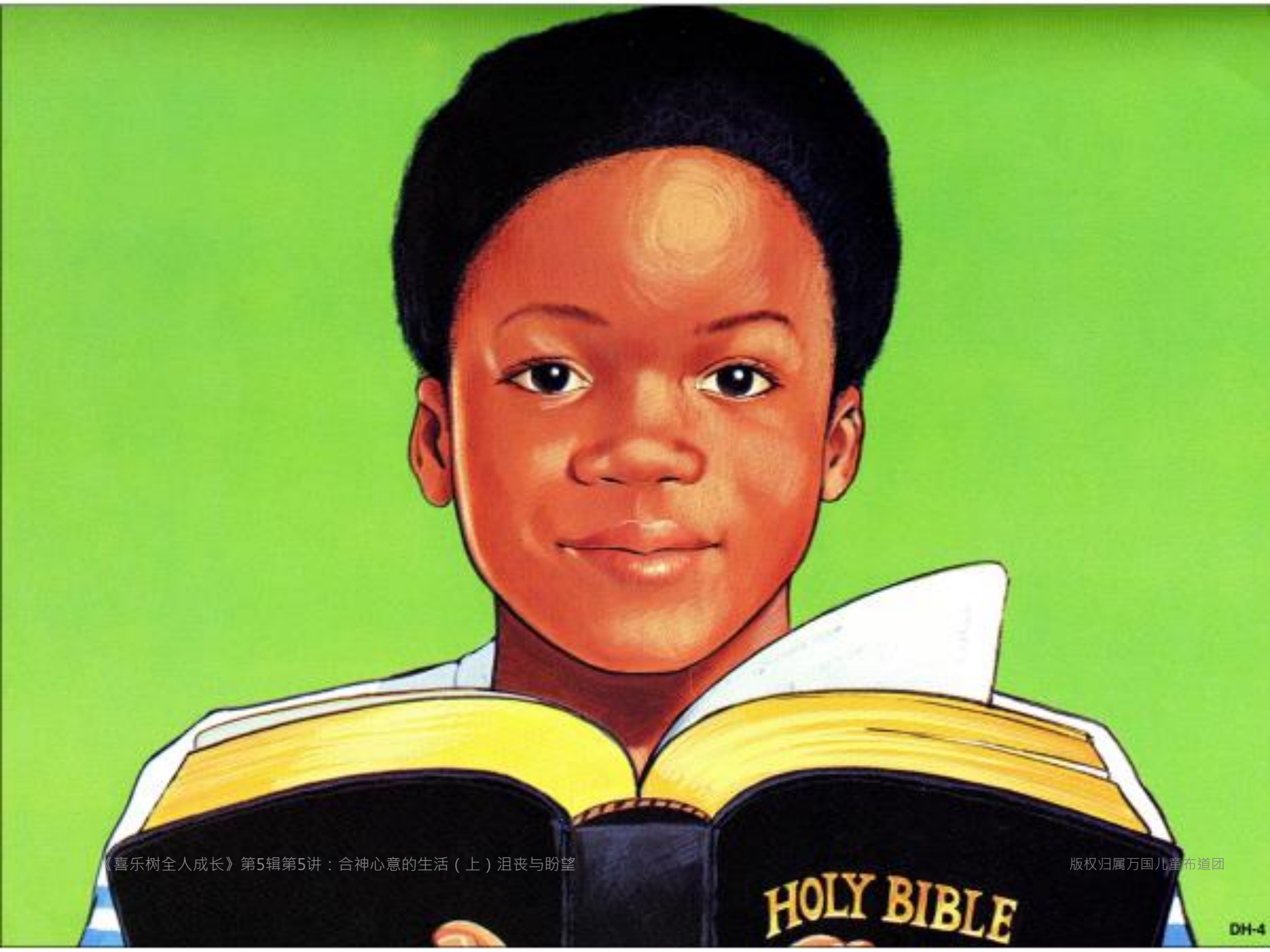


诗篇31篇24节



凡仰望耶和华的人，
你们都要壮大，
坚固你们的心。





消除沮丧的三个方法

1. 思念神对你如何信实
2. 你等候的期间要勇敢地做正确的事
3. 倾诉你沮丧的感觉



处理情绪共通步骤



停止 (Stop)

寻找 (Seek)



思想 (Think)

得胜 (Overcome)



赞美 (Praise)

